

호스피스 자원봉사자의 역할 및 자세

한호협/출판부



1. 자원봉사란 무엇인가? ●●

자원봉사(Voluntarism)는 자유 의지라는 뜻을 가진 라틴어 볼런타스(Voluntas)에서 유래되었으며 자원봉사하는 사람을 자원봉사자(Volunteer)라고 부른다.

'자원봉사자란 개인, 집단, 지역사회에서 발생하는 문제를 예방, 통제, 개선하는 일을 다루는 여러 조직 및 기관에서 보수 없이 자발적으로 서비스하는 개인' 이라고 정의할 수 있다.

자원봉사활동이란 사회문제의 예방 및 해결 또는 공익사업을 수행하고 있는 공사의 공식조직에 자발적으로 참여하여 영리적 급부를 받지 않고서도 인간존중의 정신에 입각하여 낯선 타인들을 상대로

필요한 서비스를 제공하며 사회의 공동선을 높이고 동시에 각 개인의 이타심의 표현을 통해 자기실현을 성취하고자 하는 활동이다.

2. 호스피스 자원봉사의 필요성 ●●

호스피스 환자를 위한 국가적인 제도가 아직 마련되어 있지 않음으로 호스피스 대상자들이 질적인 의료서비스는 물론이고 인간으로서의 질 높은 삶을 누리며 여생을 정리할 수 없는 것이 현실이다.

현재 전국적으로 크고 작은 호스피스 기관과 단체가 존립하고 있으나 호스피스 케어에 대한 재정적 뒷받침 없이 거의 후원에 의존하여

운영하는 실정이어서 현실적으로 널리 대중화되지 못하고 있으므로 자원봉사자의 배출은 그 의미가 매우 크다.

더욱이 호스피스를 위한 인력 자원 중 가장 많은 수를 차지하고 있는 것이 자원봉사자인데, 16개 기관에서 활동해 온 자원봉사자와 그들 가족을 대상으로 연구한 결과를 보면 자원봉사자로 참여하는 봉사자의 경우 호스피스 활동으로 삶의 보람을 느꼈으며 불우이웃과 사회에 대한 관심이 많아졌다고 하였고 그 배우자의 경우도 배우자의 호스피스활동으로 부부간의 이해도와 자긍심 및 서로간의 관심과 가정에 대한 관심이 높아졌다고 하였다.

자녀의 경우 부모의 봉사활동에 대한 이해도가 높아졌으며 부모에 대한 이해도가 높아졌고 부모에 대한 존경심과 신뢰도가 높아졌으며 부모를 자랑스럽게 생각하게 된 것으로 나타났다고 하면서 호스피스 자원봉사활동을 사회복지를 향한 시민참여의 한 형태로 발전시켜 나가야 할 것이며 이는 민주 시민을 양성하는데 많은 도움이 될 것이라고 하였다.

3. 자원봉사자의 모집과 교육 ● ●

호스피스는 다 학문적인 팀에 의해 제공된다. 팀 구성원은 전문팀과 비전문팀으로 구분할 수 있다. 전문팀에는 팀장, 간호사, 의사, 사회복지사, 사목자, 약사, 영양사, 심리학자, 치료사(물리치료사, 언어치료사, 등)가 있으며, 비전문팀에는 환자의 가족 및 자원봉사자가 있다. 특히 팀원으로 활동하는 자원봉사자에 대한 요구와 기대가 높기 때문에 신중하게 모집하여 선발과 훈련을 하여야 한다.

또한 호스피스 자원봉사를 하고자 하는 자들도 공식적으로 신뢰될 만한 기관(한국호스피스협회 소속기관 등)을 택해야 의미 있고 내실 있는 봉사를 시작할 수 있다.

자원봉사활동을 시작하기 전에 반드시 호스피스 교육을 이수하여야 한다. 한국호스피스협회에서는 호스피스 자원봉사자 교육에 포함되어야 내용을 다음과 같이 제시해주고 있다.

- 호스피스 개요
- 죽음에 대한 이해
- 말기 암의 진단과 최신 동향
- AIDS말기 증상과 현황

- 신체적 돌봄
- 호스피스 대상자의 사회 심리적 상태와 대처 방안
- 의사소통
- 호스피스 대상자와의 영적 상태와 대처 방안
- 감염 및 안전 관리
- 소진 예방과 스트레스 관리
- 사별 가족 관리
- 환자 관리와 호스피스
- 국내의 호스피스의 최근 연구동향
- 호스피스와 관련된 법적 측면
- 호스피스 자원봉사자의 역할 및 자세
- 장례 문화

4. 호스피스 자원봉사자의 바람직한 자질 ● ●

호스피스 자원봉사는 억지가 아닌 자발적인 마음으로 호스피스 대상자와 가족을 위해 도움을 주기 위한 행동이므로 다음과 같은 자질을 갖춘 자가 적합하다.

- 죽음을 인생의 일부분으로, 삶의 한 과정으로 인정할 수 있는 사람
- 삶과 죽음에 대한 확고한 철학과 긍정적인 태도를 가진 사람
- 정서적으로 성숙하고 안정된 사람
- 동정심과 사랑이 있는 사람
- 건강한 감정을 소유한 사람
- 겸손하고 온화한 성품을 가진 사람
- 남의 이야기를 듣기를 좋아하고, 유머감각이 있는 사람
- 1년 내에 죽음을 맞이한 가족을 두지 아니한 사람
- 호스피스의 개념과 정신을 이해하고 임종자와 가족에게 제공되는 서비스의 범위를 이해하는 사람

5. 호스피스 자원봉사자 활동내용 ● ●

호스피스 자원봉사자의 활동 내용은 환자와 가족을 도울 수 있는 일이 있고, 그 외 호스피스 활동을 돕기 위한 일이 있다. 환자와 가족

호스피스 자원봉사자의 역할 및 자세

을 도울 수 있는 일은 다음과 같다.

- 영적 돌봄 : 필요 시 목사님의 방문과 상담을 주선해주고, 환자와 가족의 상태에 맞는 찬양과 기도를 할 수 있으며, 교회예식에 함께 참여할 수 있다.
- 정신적 돌봄 : 환자의 가치와 주체성을 포괄하여 남아 있는 삶의 기간들을 희망을 갖고 인간으로서 존엄성을 유지하며 자신의 삶을 통합할 수 있도록 한다. 옆에 있어주고, 이야기 들어주고, 친구 해주고, 기념일을 축하해주는 등 관심과 애정을 표현해주는 일들을 할 수 있다.
- 신체적 돌봄 : 환자가 신체적으로 편안한 안위를 누릴 수 있도록 의료팀의 지시를 받은 내용들을 제공해 줄 수 있다. 통증조절을 위한 마사지, 얼음찜질을 할 수 있고, 손톱 및 발톱 깎아주기, 머리를 감기거나 손질하기, 목욕, 양치, 면도, 옷 갈아입히는 등 개인 위생을 도와주는 일을 할 수 있다. 또한 산책, 운동, 시트 갈아주기, 주변 정리하기, 식사 시중 들어주기를 할 수 있다.
- 사회적 돌봄 : 환자와 가족을 위한 사회적 활동을 보조해준다. 즉 은행업무, 외래방문이나 상점가야 할 일들을 도울 수 있으며, 병원연락 업무를 맡을 수 있다. 장기기증과 유언서 작성을 도울 수 있으며 장례식에 참여하거나 추후 유가족 관리팀으로 참여할 수 있다. 무엇보다도 지친 가족을 쉴 수 있도록 하는 배려와 지지의 일이 중요하다.

그 외 호스피스활동을 돕기 위한 봉사는 다음과 같다.

- 호스피스 사무, 자료정리, 전화 받기 등 호스피스 기관의 사무실에서의 활동을 한다.
- 호스피스 문서활동으로 소식지의 참여와 발송 작업 돕기를 한다.
- 호스피스 교육 프로그램 준비, 진행을 돕는다
- 호스피스 기금 마련의 활동을 한다.
- 호스피스 관련 시설 관리로 청소와 주방일 돕기, 주변 정리, 화단 가꾸기 등을 할 수 있다.

6. 자원봉사자의 자세 ● ●

자원봉사 활동을 하면서 다음의 사항을 늘 상기하면서 계속되는 봉사가 되도록 노력해야한다.

- 자신이 관심 있는 일부터 시작한다.
자신이 좋아하고 관심 있는 영역에서부터 봉사활동을 시작해야 흥미를 느끼며 지속적인 활동이 가능하다.
- 자기 주위에 있는 일부터 시작한다.
자신의 생활근거지에 있는 봉사활동을 선택해야 대상자의 변동 상황을 쉽게 알 수 있고 적시에 개입할 수 있으며 활동을 위해 이동하는 시간과 비용을 최소화 할 수 있다.
- 상대방의 필요에 따라 활동해야 한다.
대상자가 근본적으로 필요한 것이 무엇인지 파악하고, 대상자가 느끼는 것을 함께 느끼며 동정으로 여겨서는 안 된다.
- 대상자가 문제를 인정하도록 돕는다.
자신이 직면한 사상, 진실을 받아들일 수 있도록 사실을 말해주고 그 사실에 직면하게 해주는 일이 필요하다. 무책임하게 말하거나 거짓확신을 주어서는 안 된다.
- 약속은 반드시 지킨다.
봉사활동은 대상자와의 책임 있는 약속이다. 약속을 지킬 수 없는 상황이 발생하였을 경우 담당자에게 연락하여 활동의 공백을 최소화해야 한다.
- 활동에 한계를 그어야 한다.
봉사자가 해야하는 일과 직원이 해야하는 일을 구분하고 적절한 수준에서 활동의 한계를 두어야 한다.
- 활동을 점검하고 결과를 기록한다.
봉사활동의 내용을 평가하고 효과적인 활동이 되기 위해 활동의 점검과 기록이 필요하다.
- 계속 학습하고 지속적으로 노력한다.
많은 정보와 새로운 기술을 익혀 스스로 매너리즘에 빠져 활동을 그만 두게될 위험에서 벗어난다.

- 겸손한 태도와 감사하는 마음을 갖는다.

봉사활동은 물질적으로, 시간적으로 여유 있는 사람의 자기 과시적인 활동이 아니다. 항상 겸손한 태도로 활동하며 봉사활동을 통해 얻는 삶의 풍요로움이나 만족감, 나눔의 기쁨을 맛보게 됨으로 감사하는 마음을 잊지 말자.

- 가족과 직장의 이해를 얻어야 한다.

봉사활동을 한다고 해서 가족과 직장에 소홀해서는 안 된다. 먼저 가까운 사람들로 부터 협조를 얻어야 한다. 자신이 해야 할 일을 남에게 전가시키면서 봉사활동을 하는 사람은 바람직하지 못하다.

- 기관의 직원과 좋은 관계를 유지한다.

기관 직원과의 관계가 나빠져서 물의를 일으키는 경우가 종종 있다. 직원과의 솔직한 대화를 통하여 좋은 관계를 형성하고 유지해 나가도록 노력해야 한다.

- 지속성을 가져야 한다.

봉사활동의 효과는 장기간이 경과한 후에 나타나게 되며 오해가 발생하더라도 계속적인 활동 속에서 신뢰성을 쌓으면 원만한 활동이 된다.

- 활동 중 알게 된 비밀을 지킨다.

기관이나 봉사대상자에 대한 비밀은 지켜주는 것이 도리이다. 그 내용이 반사회적인 행위나 불법적인 것이라면 관계기관에 알려 적법한 절차를 밟아야 하겠지만 그렇지 않은 경우라면 사생활 보호 차원에서 비밀을 지켜야 한다. 그리고 환자와 가족 간의 일반적인 사생활 문제를 함부로 관여하지 않도록 한다.

- 자원봉사에 대한 대가를 기대하지 않는다.

대상자나 가족에게서 봉사에 대한 금품을 받지 않아야 한다.

- 팀과 협력해야 한다.

호스피스팀의 일원으로 단독으로 봉사하지 않고 팀과 협력하고 도와서 활동하여야 한다. 팀 모임에도 참석하고 환자와 관련된 일에 관하여 수시로 팀장과 연락을 취한다.

- 상대방에 대한 깊은 이해와 사랑이다.

“만일 당신이 원한다면 내가 할 수 있는 한 나는 당신 곁에 있겠습니다.”라는 말로 나의 지지를 받고 있다는 사실을 확신시켜야 한다.

한국호스피스협회 홈페이지가 새롭게 단장되었습니다.

한호협 가족여러분들께서는 많이들 오셔서 서로간의 많은 교류가 있기를 바랍니다.

한국호스피스협회 홈페이지 주소 ; <http://hospicekorea.com>